

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ОЧІКУВАНЬ СТУДЕНТІВ (НА МАТЕРІАЛІ КУРСУ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ»)

Вивчення будь-якої дисципліни програми підготовки фахівців обов'язково передбачає визначення кінцевого результату у вигляді сформованих знань, умінь та навичок студентів або набутих компетенцій. Однак з точки зору методики викладання важливим є з'ясування того, які очікування мають самі студенти щодо кінцевого результату вивчення того чи іншого курсу. Особливо корисним є вивчення сподівань студентів у практично-орієнтованих навчальних курсах, які суттєво впливають на розвиток фахових компетенцій. Однією з таких дисциплін є «Основи психологічного тренінгу». Викладання цього курсу спрямоване на формування у студентів умінь планувати, розробляти та проводити тренінг у спосіб моделювання ситуації тренінгу, при якому кожен студент групи виконує роль тренера. Тому важливо з'ясувати, як студенти визначають для себе очікування щодо курсу «Основи психологічного тренінгу».

Для визначення очікувань на першому лабораторному занятті можна запропонувати низку вправ. Наприклад, з'ясування сподівань може здійснюватися з використанням арт-терапевтичних прийомів, зокрема, метафоричних асоціативних карт. Студентам пропонується з колоди карт обрати ту, яка відповідає їх баченню тренінгу. Очікування переважно відображені у картинках з сюжетом на кшталт підйому, сходження на гору, зазирання у відчинене вікно або розгорнуту книжку тощо. Такі вправи допомагають налаштувати студентів на обдумування свого бачення цілей тренінгу. Для диференціації та конкретизації очікувань студентам пропонується визначити свої очікування за трьома рівнями: 1) чого я очікую від тренінгових занять для себе як для студента (це свого роду навчальна мета); 2) чого я очікую для себе особисто; 3) чого я очікую від групи.

Очікування перше – «від тренінгових занять для себе як для студента» студентів очікують у деталізації цих очікувань. 50% опитаних мають недиференційоване очікування «отримати досвід». Натомість у 50% очікувань більш конкретизовано зазначається, що студенти хотіли б дізнатися, «як ефективно проводити тренінг», «правильну побудову тренінгу», «основні правила», «вправи та техніки» тощо.

Очікування «для себе особисто» показало більшу різноманітність відповідей. Найпоширенішими (по 44 %) були дві групи очікувань: дізнатися більше або щось нове про себе та отримати позитивні емоції та задоволення від тренінгу. Очікування «покращити взаємодію у групі» або «більше

дізнатися один про одного» мають 28%, а 17% мають прагнення виправити власні недоліки або вирішити якісь проблеми. Таким чином, фактично представлені три групи очікувань – самоаналіз та самовдосконалення, позитивний емоційний фон та покращення групової взаємодії через краще пізнання один одного.

Очікування «від групи», у першу чергу, вказують на потребу студентів у «відкритості, щирості, підтримці». Про це йдеться у 61% відповідей. На «взаємодію та продуктивну роботу» сподіваються 33% опитаних і лише 17% хочуть «краще пізнати групу». Таким чином очікування від групи пов'язані з потребою у позитивному емоційному фоні, тобто акцент робиться на психологічному комфорті та взаємодії у груповій роботі.

Отже, студенти у ході вивчення курсу «Основи психологічного тренінгу» очікують набути досвіду та навичок, розширити знання про себе, отримати позитивні емоції, взаємоповагу та підтримку у процесі групової роботи. Студенти після виконання вправи на з'ясування очікувань мають краще зрозуміти, чого вони прагнуть. Це важливо, оскільки користь, яку можна отримати від курсу, пропорційна розумінню того, що планується у підсумку отримати.

Максимець С.М.

*кандидат психологічних наук, доцент
кафедри загальної, вікової та педагогічної психології,
Житомирський державний університет ім. Івана Франка*

ПРОБЛЕМА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРЕДСТАВНИКІВ СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ

Тривалий час дослідження професійної діяльності фахівців соціономічних професій (педагогів, психологів, лікарів, соціальних працівників, працівників органів самоврядування, тощо) зводилось до вивчення професійно важливих, значущих особистісних властивостей, що допомагають якісно здійснювати професійні функції, спрямовані на роботу з людьми (учнями, студентами, клієнтами, пацієнтами, відвідувачами).

Проте на сьогоднішній день більш гострою і актуальною постає проблема психопрофілактики емоційного вигорання спеціалістів, так званих, допомагаючих, соціономічних професій, оскільки робота саме в сфері через наявність високої відповідальності та емоційних навантажень потенційно містить в собі високу вірогідність виникнення професійного стресу і як прямого наслідку – небезпеку виникнення синдрому емоційного вигорання.

Негативні емоційні переживання можуть торкатись різних сторін професійної діяльності: професійного спілкування, особистості професіонала, негативно впливати на професійний розвиток та, навіть, призводить до втрати здоров'я.